


Introducere în educația pentru sănătate și promovarea sănătății

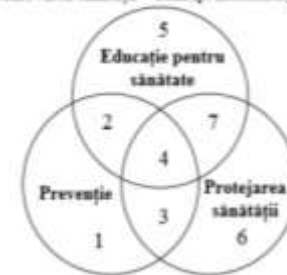
- Promovarea sănătății

- *este procesul care oferă individului și colectivităților posibilitatea de a-și crește controlul asupra determinantilor sănătății și, prin aceasta, de a-și îmbunătăți starea de sănătate.*
- Reprezintă un concept unificator pentru cei care recunosc nevoia fundamentală de schimbare atât a stilului de viață, cât și a condițiilor de trai.

- 
- Promovarea sănătății este un termen care presupune o abordare multidimensională de îmbunătățire a stării de sănătate, care include:
 - activități de educație,
 - activități de promovare a unor schimbări comportamentale și de stil de viață,
 - politici și măsuri legislative.

- Acest model prezintă 3 sfere de activitate distincte dar care, în același timp, se suprapun:
- - educația pentru sănătate
- - protejarea sănătății
- - prevenirea îmbolnăvirilor


Figura nr. 1. Promovarea sănătății – concept multidisciplinar




- Diferitele zone din figura de mai sus au următoarea semnificație:

1. Servicii preventive, ex:

- ❖ imunizări,
- ❖ măsurarea tensiunii arteriale,
- ❖ folosirea gumei de mestecat cu nicotină pentru abandonarea fumatului;

- 
2. Educație în medicina preventivă, ex: informații și sfaturi legate de renunțarea la fumat;
 3. Protejarea sănătății prin metode preventive, ex: fluorizarea apei;
 4. Educație pentru protejarea stării de sănătate prin metode preventive, ex: lobby pentru adoptarea legii de obligativitate a purtării centurii de siguranță;


- 
5. Educație pentru sănătate pozitivă, ex: dobândirea unor abilități de viață/ comportamente sănătoase în rândul tinerilor;
 6. Mesaje pozitive pentru protejarea sănătății, ex: politica legată de fumat la locurile de muncă;
 7. Educația pentru sănătate orientată pe sănătatea pozitivă, ex: lobby pentru adoptarea unei legi de interzicere a publicității produselor din tutun

Experiența specialiștilor din domeniu, începând cu anul 1974, a permis identificarea *a cinci principii* care stau la baza promovării sănătății


Principii

1. Promovarea sănătății implică activ populația pentru stabilirea unui program de fiecare zi care favorizează sănătatea, în loc de a se orienta preponderent și exclusiv asupra indivizilor la risc, care au legături cu serviciile medicale.
- Acesta înseamnă, de fapt, folosirea strategiilor preventive populaționale ecologice, care încearcă să scadă incidența bolilor prin modificarea distribuției factorilor de risc în populație.

- Avantajul principal este că potențialul metodei este mare, iar dezavantajul major al acestei metode este că oferă beneficii mari pentru populația generală dar beneficii mici pentru indivizii la risc înalt.
- Combinarea celor două tipuri de strategii preventive - cea ecologică și cea a indivizilor la risc înalt poate asigura impactul cel mai bun.

- 
2. Promovarea sănătății este orientată asupra cauzelor care produc îmbolnăviri;
 3. Promovarea sănătății folosește diferite abordări care contribuie la îmbunătățirea stării de sănătate.

Acestea includ informarea și educarea, dezvoltarea comunității, organizarea, pledoaria pentru sănătate și legislația; prin toate acestea, promovarea sănătății este multisectorială și implică mai multe discipline, nu numai sectorul de sănătate, în demersurile sale;

- 
4. Promovarea sănătății depinde în mod special de participarea populației;
 5. Specialiștii din sănătate, în special cei din asistența primară de sănătate, au un rol important în facilitarea acțiunilor de promovare a sănătății.

- Termenul folosit în România este, încă, cel de educație sanitară, noțiune consacrată pentru transmiterea unor informații legate în special de deprinderi igienice.
- Astăzi se încearcă trecerea la un concept mai cuprinzător și anume, educația pentru sănătate.

- Se poate, totuși, comenta că este nevoie și de învigorarea educației sanitare, mai precis a principiilor elementare de igienă în conceptul de educație pentru sănătate.
- Constatăm, din problemele de sănătate care apar la noi în țară, că aceste principii elementare de igienă personală, ca și de igienă a colectivităților, sunt din ce în ce mai puțin luate în considerare.

Concept care stă la baza promovării sănătății, educația pentru sănătate are drept scopuri:

- - informarea-educarea populației în domeniul medical, pentru a cunoaște manifestările bolilor și prevenirea lor;
- - dobândirea unor atitudini și deprinderi care să fie favorabile sănătății;
- - implicarea activă a populației în domeniul păstrării sănătății, oamenii putând să ia decizii privind propria stare de sănătate.

- Educația pentru sănătate folosește mai multe tipuri de abordări:
- - medicală (bazată pe tipul de relație medic-pacient);
- - educațională (bazată pe informarea oamenilor, care vor lua singuri decizii privind sănătatea);
- - personalizată (individualizată), având drept caracteristică lucrul cu clienții, pentru a-i sprijini să identifice singuri problemele și să ia singuri deciziile necesare;

-se impun schimbări sociale, în care se urmărește realizarea unor schimbări în mediu pentru a facilita luarea deciziilor cele mai favorabile sănătății, ex:

- ❖ ajutoare sociale pentru mamele singure, astfel încât acestea să nu fie nevoite să se întoarcă prea devreme la lucru

- Metodele folosite în educația pentru sănătate pot fi clasificate în funcție de mai multe criterii:

❖ *după adresabilitate:*

- - educație individuală
- - educație în grup
- - educație prin mijloace de comunicare în masă

❖ *după mijloacele folosite:*

- - mijloace audio
- - mijloace video:
- - predominarea textului
- - predominarea imaginii
- - mijloace combinate (audio-video)

- Elaborarea unor politici publice care favorizează sănătatea. Promovarea sănătății înseamnă mult mai mult decât asistența medicală.
- Ea pleacă de la ideea că sănătatea este un subiect aflat pe agenda de lucru a factorilor de decizie din toate domeniile, la nivel guvernamental sau instituțional.
- Promovarea sănătății presupune identificarea obstacolelor în adoptarea unor politici care promovează sănătatea de către sectorul medical, în colaborare cu sectoarele nemedicale.

- Presupune, de asemenea, găsirea unor modalități comune de înlăturare a acestor obstacole.
- Scopul final trebuie să constea în realizarea practică a posibilității ca alegerile, opțiunile favorabile sănătății să fie la îndemâna populației, să fie cel mai ușor accesibile.
- Crearea unor medii favorabile.
- Promovarea sănătății recunoaște că sănătatea indivizilor este legată și de modul în care tratăm natura și mediul înconjurător.

- Societățile în care mediul este exploatat fără a se face o abordare ecologică, culeg efectele acestei exploatare prin apariția inclusiv a unor probleme de sănătate și sociale.
- Sănătatea nu poate fi separată de alte scopuri sau obiceiuri din viață.
- Munca și timpul liber au un impact real asupra sănătății.
- Promovarea sănătății trebuie, prin urmare, să participe la crearea unor condiții de trai și de muncă cu influență favorabilă asupra stării de sănătate.

- Întărirea acțiunii comunitare Promovarea sănătății acționează prin acțiuni comunitare eficiente.
- În centrul acestui proces se află comunitățile care au o forță proprie și pot controla propriile inițiative și activități.
- Aceasta înseamnă că specialiștii trebuie să învețe metode noi de lucru cu indivizi și cu comunități, adică să lucreze pentru și cu ei, în loc de a considera comunitatea ca un element pasiv.

Dezvoltarea (îmbunătățirea) abilităților individuale

- Promovarea sănătății sprijină dezvoltarea personală și socială prin:
 - ❖ oferirea de informații,
 - ❖ educație pentru sănătate și
 - ❖ prin sprijinirea indivizilor să-și dezvolte capacitatea de a lua decizii favorabile sănătății.

- Prin toate acestea, ea permite oamenilor să aibă un control crescut asupra propriei sănătăți și asupra mediului, le permite să învețe de-a lungul vieții cum să se pregătească pentru diferite situații, cum să facă față bolilor cronice sau accidentelor.
- Toate acestea trebuie să aibă loc acasă, la școală, la locul de muncă, precum și în cadrul altor comunități.

Reorientarea serviciilor medicale

- Responsabilitatea promovării sănătății în cadrul serviciilor medicale este împărțită între indivizi, grupuri comunitare, specialiști din sănătate, asistenți sociali, birocrați și guvern.
- Toți trebuie să lucreze împreună la organizarea unui sistem sanitar care să contribuie la îmbunătățirea stării de sănătate.

- Rolul sectorului medical trebuie să depășească responsabilitățile curative și să se orienteze și către promovarea sănătății.
- Dar pentru ca aceasta să se realizeze, este nevoie de recunoașterea faptului că cele mai multe cauze de îmbolnăviri se află în afara influenței sectorului sanitar și este necesară cooperarea cu acele sectoare care pot influența pozitiv aceste cauze.

1. Promovarea responsabilității sociale pentru sănătate

Factorii de decizie trebuie să respecte cu fermitate responsabilitatea socială.

- Atât sectorul guvernamental, cât și cel particular, trebuie să promoveze sănătatea prin adoptarea de politici și practici care:
- evită afectarea sănătății indivizilor;
- protejează mediul și asigură folosirea rațională a resurselor;

- restricționează producția și comerțul produselor și bunurilor dăunătoare cum ar fi tutunul și armamentul, ca și practicile nesănătoase de marketing;
- protejează atât cetățeanul din piață, cât și individul de la locul de muncă;
- includ evaluări ale impactului legat de echitatea în sănătate ca o parte integrantă a elaborării de politici.

2. Creșterea investițiilor pentru îmbunătățirea stării de sănătate

În multe țări, investiția care se face în sănătate este inadecvată și frecvent ineficientă.

- Creșterea investițiilor pentru îmbunătățirea stării de sănătate necesită o abordare într-adevăr multisectorială, inclusiv alocarea suplimentară de resurse pentru educație, locuințe și sectorul de sănătate.
- Investițiile în sănătate ar trebui să reflecte nevoile anumitor grupuri cum ar fi: femeile, copiii, persoanele în vârstă, populațiile sărace și marginalizate.




❖ O mai mare investiție pentru sănătate și reorientarea serviciilor existente

- - atât în cadrul, cât și între diferite țări
- - au potențialul de a favoriza evoluția pozitivă a dezvoltării umane, a sănătății și a calității vieții.

3. Consolidarea și extinderea parteneriatelor pentru sănătate

Promovarea sănătății presupune realizarea unor parteneriate pentru dezvoltarea socială și a sănătății între diferite sectoare la toate nivelele de conducere în societate.

- Parteneriatele existente trebuie să fie întărite și trebuie explorate posibilități pentru noi parteneriate.
- Parteneriatele oferă un beneficiu mutual pentru sănătate prin împărtășirea expertizei, a abilităților și a resurselor.

- 
- Fiecare parteneriat trebuie să fie transparent și responsabil și să se bazeze pe principii etice stabilite de comun acord, pe înțelegere reciprocă și respect.
 - Ar trebui să se adere la liniile directoare ale Organizației Mondiale a Sănătății.

4. Creșterea capacității comunitare și împuternicirea individului

Promovarea sănătății se face de către și cu oameni și nu despre oameni.

- Presupune atât îmbunătățirea capacității indivizilor de a pune în practică acțiuni, cât și capacitatea grupurilor, a organizațiilor sau a comunităților de a influența factorii determinanți ai stării de sănătate.

- Îmbunătățirea capacității comunităților pentru promovarea sănătății presupune educație practică, pregătirea în domeniul conducerii și acces la resurse.
- Împuternicirea indivizilor presupune accesul mai consistent la procesul de luare a deciziilor, ca și cunoștințele și abilitățile esențiale pentru a produce schimbarea.